GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	20.01.2025 poniedziałek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kaszka manna gotowana na mleku 300 ml **1, 7** Twarożek półtłusty 30 g **7** Wędlina szynkowa wieprzowa 40 g Ser żółty 20 g **7** Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Kaszka manna gotowana na mleku 300 ml **1, 7** Twarożek chudy 30 g **7** Hummus z cukinii 30 g Wędlina drobiowa chuda 40 g Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek chudy 30 g **7** Hummus z cukinii 30 g Wędlina drobiowa chuda 40 g Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Sałatka z serem feta i pomidora ze słonecznikiem 150 g **7**
OBIAD	Zupa ziemniaczana 300 ml Kasza bulgur gotowana 100 g **1** Stek wieprzowy smażony z cebulką 140 g **1** Surówka z ogórka kiszonego 100 g **12** Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml Kasza bulgur gotowana 100 g **1** Stek wieprzowy pieczony w piecu w sosie jarzynowym 140 g **1** Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml Kasza bulgur gotowana 100 g **1** Stek wieprzowy pieczony w piecu w sosie jarzynowym 140 g **1** Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko gotowane 150 g
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor 80 g Pasta mięsna 30 g Wędlina z piersi kurczaka 40 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Sałatka makaronowa z kurczakiem gotowanym, ananasem, kukurydzą, ogórkiem konserwowym, selerem naciowym 200 g **1, 3, 9, 12** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Pasta mięsna chuda 30 g Wędlina z piersi kurczaka 40 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Legumina ryżowa 150 g **7** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Pasta mięsna chuda 30 g Wędlina z piersi kurczaka 40 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Legumina ryżowa 150 g **7** Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy 150 g **12**	Mus owocowy 150 g **12**	Mus owocowy 150 g **12**
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2135.4 kcal, białko: 89.6 g, tłuszcze: 77.8 g, tłuszcze nasycone: 27.4 g, węglowodany: 264.2 g, cukry proste: 46.3 g, błonnik: 18.7 g, sól: 6.35 g.	Wartość energetyczna: 1824 kcal, białko: 82.4 g, tłuszcze: 59.7 g, tłuszcze nasycone: 19.6 g, węglowodany: 238.3 g, cukry proste: 38.2 g, błonnik: 14.8 g, sól: 4.92 g.	Wartość energetyczna: 2057.8 kcal, białko: 86.7 g, tłuszcze: 67.4 g, tłuszcze nasycone: 22.1 g, węglowodany: 258.5 g, cukry proste: 43.6 g, błonnik: 20.1 g, sól: 5.87 g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	21.01.2025 wtorek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Otręby jęczmienne gotowana na mleku 250 ml **1, 7** Serek biały naturalny 30 g **7** Wędlina krakowska chuda 40 g Parówka gotowana na ciepło 50 g Sałata 5 g Ogórek konserwowy 80 g **12** Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata rumiankowa bez cukru 250 ml	Otręby jęczmienne gotowana na mleku 250 ml **1, 7** Serek biały naturalny 30 g **7** Polędwica drobiowa 40 g Parówka z szynki gotowana 50 g Sałata 5 g Pomidor 60 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata rumiankowa bez cukru 250 ml	Serek biały naturalny 30 g **7** Polędwica drobiowa 40 g Parówka z szynki gotowana 50 g Sałata 5 g Pomidor 60 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Herbata rumiankowa bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kefir z orzechami 250 ml **5, 7**
OBIAD	Zupa pomidorowa zabielana z makaronem 300 ml **1, 7** Ziemniaki gotowane 150 g Kurczak pieczony 140 g Surówka z marchwii i jabłka150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa pomidorowa zabielana z makaronem 300 ml **1, 7** Ziemniaki gotowane 150 g Kurczak pieczony w piecu 140 g Surówka z marchwii i jabłka150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa pomidorowa zabielana z makaronem 300 ml **1, 7** Ziemniaki gotowane 150 g Kurczak pieczony w piecu 140 g Surówka z marchwii i jabłka150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Kiwi 140 g
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor 80 g Serek fromage 25 g **7** Wędlina z indyka chuda 40 g Pasztet drobiowy 30 g **1, 3** Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Kluseczki babuni na mleku 250 g **1, 3, 7** Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Serek fromage 25 g **7** Mus jabłkowy 40 g **12** Szynka drobiowa 40 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Kisiel z owocami 250 g Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Serek fromage 25 g **7** Mus jabłkowy 40 g **12** Szynka drobiowa 40 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Kisiel z owocami 250 g Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt naturalny 150 g **7**	Jogurt naturalny 150 g **7**	Jogurt naturalny 150 g **7**
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2114.6 kcal, białko: 93.5 g, tłuszcze: 68.9 g, tłuszcze nasycone: 24.3 g, węglowodany: 266.8 g, cukry proste: 44.1 g, błonnik: 19.6 g, sól: 6.42 g.	Wartość energetyczna: 2093.7 kcal, białko: 91.2 g, tłuszcze: 67.1 g, tłuszcze nasycone: 23.8 g, węglowodany: 261.5 g, cukry proste: 45.7 g, błonnik: 18.2 g, sól: 6.21 g.	Wartość energetyczna: 2147.8 kcal, białko: 92.5 g, tłuszcze: 69.4 g, tłuszcze nasycone: 23.9 g, węglowodany: 269.8 g, cukry proste: 47.3 g, błonnik: 19.8 g, sól: 6.33 g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	22.01.2025 środa		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kaszka jaglana gotowana na mleku 330 ml **7** Twarożek półtłusty z jogurtem naturalnym 30 g **7** Wędlina szynkowa wieprzowa 40 g Ser żółty 20 g **7** Sałata 5 Pomidor 100 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Kaszka jaglana gotowana na mleku 330 ml **7** Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g **7** Wędlina szynkowa drobiowa 40 g Pasta wielowarzyna 40 g Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g **7** Wędlina szynkowa drobiowa 40 g Pasta wielowarzyna 40 g Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kisiel owocowy 250 g
OBIAD	Zupa szpinakowa zabielana 330 ml **7** Ryż brązowy gotowany 100 g Gulasz z indyka 140 g Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa szpinakowa zabielana 330 ml **7** Ryż brązowy gotowany 100 g Gulasz z indyka 140 g Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa szpinakowa zabielana 330 ml **7** Ryż brązowy gotowany 100 g Gulasz z indyka 140 g Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko pieczone 150 g
KOLACJA	Sałata 5 g Sałatka ogórkowa 80 g pasta rybna 40 g **4** polędwica drobiowa chuda 40 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Kalafior gotowany 150 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g pomidor 80 g pasta rybna chuda 40 g **4** polędwica z indyka 40 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Budyń śmietankowy gotowany 200 ml **3, 7** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g pomidor 80 g pasta rybna chuda 40 g **4** polędwica z indyka 40 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Budyń śmietankowy gotowany 200 ml **3, 7** Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Koktajl owocowy na bazie kefiru 250 g **7**	Koktajl owocowy na bazie kefiru 250 g **7**	Koktajl owocowy na bazie kefiru 250 g **7**
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2096.2 kcal, białko: 92.3 g, tłuszcze: 71.5 g, tłuszcze nasycone: 24.8 g, węglowodany: 270.1 g, cukry proste: 48.7 g, błonnik: 21.9 g, sól: 6.48 g.	Wartość energetyczna: 2053.8 kcal, białko: 90.4 g, tłuszcze: 68.9 g, tłuszcze nasycone: 23.7 g, węglowodany: 266.7 g, cukry proste: 47.9 g, błonnik: 21.5 g, sól: 6.41 g.	Wartość energetyczna: 2117.6 kcal, białko: 91.7 g, tłuszcze: 70.3 g, tłuszcze nasycone: 24.1 g, węglowodany: 275.6 g, cukry proste: 49.3 g, błonnik: 22.4 g, sól: 6.57 g.g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	23.01.2025 czwartek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Musli na mleku 300 ml **7** Serek almette 60 g **7** Polędwica sopocka 40 g Jajko gotowane 52 g **3** Sałata 5 g Pomidor 60 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Musli na mleku 300 ml **7** Serek almette naturalny 60 g **7** Polędwica z piersi kurczaka 40 g Jajko gotowane 52 g **3** Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Serek almette naturalny 60 g **7** Polędwica z piersi kurczaka 40 g Jajko gotowane 52 g **3** Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Chleb wieloziarnisty 30 g **1** Sałata 5 g Pasztet pieczony 30 g **1, 3** Ogórek kiszony 30 g **12** Kiełki 5 g
OBIAD	Zupa ogórkowa zabielana 300 ml **7** Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet schabowy klasyczny smażony 140 g **1, 3, 7** Surówka z kapusty białej z marchewką i koperkiem 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa ogórkowa zabielana 300 ml **7** Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet schabowy pieczony w piecu podany z sosem jarzynowym bez zabielania 140 g Brokuły gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa ogórkowa zabielana 300 ml **7** Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet schabowy pieczony w piecu podany z sosem jarzynowym bez zabielania 140 g Brokuły gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Gruszka gotowana 130 g
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor 80 g Kiełbasa krakowska 40 g Serek biały kanapkowy z koperkiem 30 g **7** Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Sałatka z selera konserwowego, szynki, seler naciowy, kukurydza, ananas, rodzynki, słonecznik, sos majonezowo - jogurtowy 150 g **7, 9, 12** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Serek kanapkowy z koperkiem 60 g **7** Szynka drobiowa parzona 40 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Kluseczki lane na mleku 250 g **1, 3, 7** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Serek kanapkowy z koperkiem 60 g **7** Szynka drobiowa parzona 40 g Masło 10 g **7** Chleb wielozoarnisty 80 g **1** Kluseczki lane na mleku 250 g **1, 3, 7** Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Banan 120 g	Napój bananowy na mazie maślanki naturalnej 250 g **7**	Napój bananowy na mazie maślanki naturalnej 250 g **7**
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2125.3 kcal, białko: 92.6 g, tłuszcze: 73.2 g, tłuszcze nasycone: 25.8 g, węglowodany: 255.8 g, cukry proste: 44.9 g, błonnik: 21.2 g, sól: 6.45 g.	Wartość energetyczna: 2074.2 kcal, białko: 90.3 g, tłuszcze: 69.8 g, tłuszcze nasycone: 24.3 g, węglowodany: 249.3 g, cukry proste: 43.1 g, błonnik: 20.1 g, sól: 6.17 g.	Wartość energetyczna: 2112.7 kcal, białko: 91.7 g, tłuszcze: 70.4 g, tłuszcze nasycone: 24.7 g, węglowodany: 253.5 g, cukry proste: 44.3 g, błonnik: 20.8 g, sól: 6.32 g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	24.01.2025 piątek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne gotowane na mleku 300 ml **7, 1** twarożek z jogurtem naturalnym 60 g **7** kiełbasa krakowska parzona 40 g Ser żółty 20 g **7** Sałata 5 g Pomidor 60 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Płatki jęczmienne gotowane na mleku 300 ml **7, 1** twarożek z jogurtem naturalnym 60 g **7** Dżem niskosłodzony 20 g **12** Kiełbasa z indyka chuda 40 g Sałata 5 g Pomidor 60 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Płatki jęczmienne gotowane na mleku 300 ml **7, 1** twarożek z jogurtem naturalnym 60 g **7** Dżem niskosłodzony 20 g **12** Kiełbasa z indyka chuda 40 g Sałata 5 g Pomidor 60 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kefir z orzechami 250 g **4, 7**
OBIAD	Zupa wielowarzywna na rosole 330 ml **9** Pierogi leniwe z kwaśną śmietaną 350 g **1, 3, 7** Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna na rosole 330 ml **9** Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet drobiowy pieczony w piecu w sosie krem chrzanowym nie zabielany 140 g Ogórek kiszony 100 g **12** Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna na rosole 330 ml **9** Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet drobiowy pieczony w piecu w sosie krem chrzanowym nie zabielany 140 g Ogórek kiszony 100 g **12** Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Kiwi 75 g
KOLACJA	Sałata 5 g Ogórek kiszony 80 g **12** Pasta z trzech serków (feta, żółty i twarożkowy) 40 g **7** Wędlina drobiowa chuda 40 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Ryż gotowany podany z musem jabłkowym 120 g **12** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Pasta twarogowa z ziołami 40 g Polędwica sopocka parzona 40 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Ryż gotowany podany z musem jabłkowym 120 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Pasta twarogowa z ziołami 40 g Polędwica sopocka parzona 40 g Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Ryż gotowany podany z musem jabłkowym 120 g Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Pomarańcza 240 g	Jogurt wegański 150 g	Jogurt wegański 150 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2213.5 kcal, białko: 91.9 g, tłuszcze: 73.4 g, tłuszcze nasycone: 25.6 g, węglowodany: 280.7 g, cukry proste: 48.1 g, błonnik: 22.4 g, sól: 6.74 g.	Wartość energetyczna: 2147.8 kcal, białko: 89.6 g, tłuszcze: 70.1 g, tłuszcze nasycone: 24.1 g, węglowodany: 275.5 g, cukry proste: 46.8 g, błonnik: 21.7 g, sól: 6.48 g.	Wartość energetyczna: 2171.3 kcal, białko: 90.3 g, tłuszcze: 71.2 g, tłuszcze nasycone: 24.6 g, węglowodany: 277.1 g, cukry proste: 47.3 g, błonnik: 22.1 g, sól: 6.53 g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	25.01.2025 sobota		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kaszka manna gotowana na mleku 330 ml **1, 7** Serek biały chudy 60 g **7** Wędlina toruńska chuda 40 g Sałata 5 g Sałatka ogórkowa 80 g Frankfuterka gotowana 50 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata napar bez cukru 250 ml	Kaszka manna gotowana na mleku 330 ml **1, 7** Serek biały chudy 60 g **7** Wędlina szynkowa 40 g Sałata 5 g Pomidor 60 g Parówka drobiowa z szynki gotowana 50 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata napar bez cukru 250 ml	Serek biały chudy 60 g **7** Wędlina szynkowa 40 g Sałata 5 g Pomidor 60 g Parówka drobiowa z szynki gotowana 50 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kisiel 250 g
OBIAD	Żurek na kiełbasie zabielany 330 ml **1, 7** Gotowane ziemniaki 150 g Klopsiki gotowane w sosie koperkowym 140 g **1, 3, 7** Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Żurek na kiełbasie zabielany 330 ml **1, 7** Gotowane ziemniaki 150 g Klopsiki gotowane w sosie koperkowym 140 g **1, 3, 7** Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Żurek na kiełbasie zabielany 330 ml **1, 7** Gotowane ziemniaki 150 g Klopsiki gotowane w sosie koperkowym 140 g **1, 3, 7** Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko gotowane 150 g
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 60 g Serek fromage 30 g **7** Szynka gotowana 40 g Masło 10 g **7** Pasztet drobiowy pieczony 30 g Chleb żytni 80 g **1** Banan 120 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 60 g Serek fromage 30 g **7** Hummus wielowarzywny 30 g Szynka wieprzowa gotowana Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Kluseczki babuni na mleku 250 g **1, 3, 7** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 60 g Serek fromage 30 g **7** Hummus wielowarzywny 30 g Szynka wieprzowa gotowana Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Kluseczki babuni na mleku 250 g **1, 3, 7** Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt owocowy 150 g **7**	Jogurt naturalny 150 g **7**	Jogurt naturalny 150 g **7**
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2176.4 kcal, białko: 90.7 g, tłuszcze: 72.8 g, tłuszcze nasycone: 25.3 g, węglowodany: 276.1 g, cukry proste: 49.8 g, błonnik: 22.3 g, sól: 6.65 g.	Wartość energetyczna: 2241.8 kcal, białko: 94.3 g, tłuszcze: 75.2 g, tłuszcze nasycone: 26.2 g, węglowodany: 283.4 g, cukry proste: 51.6 g, błonnik: 23.1 g, sól: 6.91 g.	Wartość energetyczna: 2249.3 kcal, białko: 93.6 g, tłuszcze: 74.3 g, tłuszcze nasycone: 25.7 g, węglowodany: 284.9 g, cukry proste: 51.9 g, błonnik: 23.2 g, sól: 6.88 g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

	26.01.2025 niedziela		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml **7** Serek twarożkowy waniliowy 60 g **7** Polędwica sopocka 40 g Jajko gotowane 56 g **3** Sałata 5 g Pomidor 80 g Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Herbata bez cukru 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml **7** Serek naturalny chudy 60 g **7** Polędwica drobiowa parzona 40 g Jajko gotowane 56 g **3** Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata napar bez cukru 250 ml	Serek naturalny chudy 60 g **7** Polędwica drobiowa parzona 40 g Jajko gotowane 56 g **3** Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Chleb wieloziarnisty 40 g **1** Ser mozzarella 20 g **7** Sałata 5 g Kiełki 5 g
OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml **1, 3, 9** Ryż biały gotowany 100 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g **1, 3, 7** Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml **1, 3, 9** Ryż biały gotowany 100 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g **1, 3, 7** Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml **1, 3, 9** Ryż biały gotowany 50 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g **1, 3, 7** Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Gruszka gotowana 130 g
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor 80 g Wędlina krakowska parzona 40 g Serek kanapkowy półtłusty 60 g **7** Masło 10 g **7** Chleb żytni 80 g **1** Mus brzoskwiniowo - jabłkowy 250 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Wędlina szynkowa gotowana 40 g Serek kanapkowy chudy 60 g **7** Masło 10 g **7** Chleb pszenny 80 g **1** Kaszka jaglana gotowana na mleku 200 g **7** Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 80 g Wędlina szynkowa gotowana 40 g Serek kanapkowy naturalny 60 g **7** Masło 10 g **7** Chleb wieloziarnisty 80 g **1** Kaszka jaglana gotowana na mleku 200 g **7** Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt wegański 150 g	Jogurt wegański kokosowy 150 g	Jogurt wegański kokosowy 150 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2208.6 kcal, białko: 92.4 g, tłuszcze: 74.1 g, tłuszcze nasycone: 25.8 g, węglowodany: 283.7 g, cukry proste: 50.4 g, błonnik: 23.5 g, sól: 6.72 g.	Wartość energetyczna: 2251.4 kcal, białko: 94.7 g, tłuszcze: 72.6 g, tłuszcze nasycone: 24.9 g, węglowodany: 291.5 g, cukry proste: 52.1 g, błonnik: 24.1 g, sól: 6.84 g.	Wartość energetyczna: 2293.7 kcal, białko: 96.5 g, tłuszcze: 73.8 g, tłuszcze nasycone: 25.4 g, węglowodany: 296.8 g, cukry proste: 53.2 g, błonnik: 25.3 g, sól: 6.97 g.

GRUPA SCANMED

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego

„Dobry posiłek w szpitalu”

Alergeny:
1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy: migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe i produkty pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/ w przeliczeniu na SO2
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne